

LUNDI 27 AVRIL	MARDI 28 AVRIL	CENTRE DE LOISIRS MERCREDI 29 AVRIL	JEUDI 30 AVRIL	VENREDI 1er MAI
Betteraves bio au chèvre bio 1 Omelette bio 3 Petits pois et navets bio Sauce tomate Fruit de saison bio	Salade de brocolis bio viniagrette 10 Gratin de pâtes de Plobannalec aux champignons 1 7 Emmental râpé bio Panna cotta mangue Pain Bio de Tête Bêche 1	Salade Grecque Emincé de bœuf Bio à la flamande Haricots verts bio à l'ail Crème dessert au chocolat bio 7	Carottes râpées bio Vinaigrette d'agrumes Filet de poisson de Loctudy 5 Sauce Hollandaise 1 3 7 Pomme de terre bio vapeur Compote de fruit bio	
LUNDI 4 MAI	MARDI 5 MAI	MERCREDI 6 MAI	JEUDI 7 MAI	JANVIER 8 MAI
Radis râpés sur toast beurrés Sauté de poulet au caramel Riz cantonnais bio 3 Fruit de saison bio	Pomelos Saucisse Hénaff Tombée d'oignons Pomme de terre au four Fromage blanc bio 7 au coulis de myrtilles Pain Bio de Tête Bêche 1	Endives aux pommes et aux noix 8 10 Emincé de veau à la crème de choux fleur 7 Boullgour 1 Fruit de saison bio	Salade de pomme de terre au comté et lardons 7 10 Filet de poisson de Loctudy 5 Sauce aux fruits de la passion 1 Printanière de légumes Tarte au fromage blanc 1 7	
LUNDI 11 MAI	MARDI 12 MAI	MERCREDI 13 MAI	JEUDI 14 MAI	VENREDI 15 MAI
Guacamole de brocolis sur toast grillé 1 Chilly "sin carne" Spicy potatoes Yaourt bio 7	Méli-mélo de carottes 10 Porc sauté, sauce soja 6 Pâtes chow mein 3 aux légumes croquants Ananas frais Pain Bio de Tête Bêche 1	Salade Maïs bio, avocats et tomates et tomates 10 Emincés de poulet Riz pilaff bio Glace bio 7	Féié 	



Semaine bretonne et de nos producteurs



LUNDI 18 MAI	MARDI 19 MAI	MERCREDI 20 MAI	JEUDI 21 MAI	VENREDI 22 MAI
Rilette de porc Hénaff toast grillé 1  Pâtes de Plobannalec bio d'André 1 Madame Loïc et épinards frais 7 Fruit de saison bio	Choux fleur vinaigrette du Léon Galette saucisse Hénaff Salade verte bio de David à Lababan Fromage blanc de la ferme du Vern Pain bio de Tête Bêche	PIQUE NIQUE 	Blinis de blé noir au tartare d'algues Emincé de bœuf Angus bio de Gourlizon - Sauce au cidre Kerné Pommes de terre starlette de l'île de Batz Kouign Aman de Monsieur Cagnat de Pouldreuzic	Tarte fine d'andouille de Guéméné et pommes Filet de poisson de Manu Garrec de Loctudy - Sauce Bigoudène Légumes de Tête bêche Plozévet Fraises de Plougastel
LUNDI 25 MAI	MARDI 26 MAI	MERCREDI 27 MAI	JEUDI 28 MAI	VENREDI 29 MAI
	Concombres bio vinaigrette 10 Filet de poulet Mariné à la moutarde au citron et au thym Perles de blé Fruit de saison bio Pain Bio de Tête Bêche 1	Salade de tomates aux oignons frits 10 Boules de bœuf bio Ratatouille Purée 7 Crème dessert bio 7	Pastèque Risotto bio aux poireaux, asperges et aux champignons Coppeaux de Parmesan 7 Cookie maison	Nems au porc 6 Filet de poisson 5 Sauce au chorizo 1 7 Purée d'épinards 7 Yaourt bio à la vanille

Les allergènes

- | | |
|--------------|--------------------|
| 1. Gluten | 8. Fruits à coques |
| 2. Crustacés | 9. Celeri |
| 3. Œufs | 10. Moutarde |
| 4. Arachides | 11. Sésame |
| 5. Poissons | 12. Sulfites |
| 6. Soja | 13. Lupin |
| 7. Lait | 14. Mollusques |

La recette du chef

Panna Cota à la mangue

Ingrédients :

- | | |
|----------------------------|--------------------------|
| - 2 mangues bien mûres | - le jus d'un citron |
| - 1 litre de crème liquide | - 5 feuilles de gélatine |
| - 150 grammes de sucre | |

1. Faire tremper les feuilles de gélatine dans de l'eau froide,
2. Faire bouillir la crème avec le sucre, les mangues mixées et le jus de citron. Bien remuer
3. Verser dans des ramequins et mettre au frigo avant dégustation.

Régalez-vous !!

Les fruits & légumes de saison



Citron



Fraise



Kiwi

Mai



Asperge



Artichaut



Betterave



Blette



Concombre



Carotte



Champignons



Endive



Epinard



Fenouil



Pamplemousse



Rhubarbe



Tomate



Roquette



Mâche



Navet



Petits pois



Radis

